

LA LETTRE DU MOIS

FEVRIER

Edito

Françoise Braoudakis,

Présidente Déléguée

Départementale

de l'Unafam

Michèle Leclercq,

Vice-Présidente

de la Délégation

départementale

de l'Unafam

Chers adhérents, chers sympathisants,

En ce début d'année 2022, malgré l'épidémie de COVID encore présente, les bénévoles de la Délégation de l'Isère sont mobilisés pour aider tous les proches de malades psychiques.

Nous poursuivons les accueils sur rendez-vous, téléphoniques ou par visioconférence à Grenoble, Bourgoin-Jallieu, Vienne et Voiron, les rencontres conviviales, la soirée à thème mensuelle du centre de documentation et d'information ainsi que les groupes de parole. Toutes informations pour le mois de février dans cette lettre.

Nous pouvons agir ensemble pour rendre notre société solidaire et inclusive, afin que les personnes concernées par les troubles psychiques ne soient pas objets de préjugés mais sujets de droit. Notre Présidente Nationale, Marie-Jeanne Richard, nous l'a demandé dans sa dernière lettre.

Dans l'espoir d'une belle année 2022 pour vous tous,
recevez nos amicales salutations.

Dans cette Lettre

- 1 **Edito**
- 2 **Unafam 38**
 - Accueils- Conviviales
- 3 ➤ Calendrier des groupes de parole et formations
- 4 ➤ **Agenda Unafam**
 - **Nos partenaires**
- 5 **Vidéos du mois**
À retrouver sur le site
<https://www.unafam.org/38>



Accueils individuels

ils se font en présentiel ou en distanciel

Pour prendre RV

contactez la délégation au 04 76 43 12 71

PERMANENCES

D'ACCUEIL



*Changement de date
et de lieu !*

Bassin grenoblois et Sud Isère

Grenoble Accueil sur RV, à la Maison des Associations, tous **les mardis** de 17h00 à 19h00 et le **2ème et 4ème vendredi** du mois de 11h00 à 13h00.

Mardis 1 - 8 - 15 - 22 /02 et Vendredis 11 et 25 /02

Pays voironnais

Voiron Accueil sur RV, **6 av. Léon Joanny Tardy**, le **dernier lundi** du mois de 18h à 20h, Lundi 31/01 et 28/02

Nord-Isère

- **Bourgoin-Jallieu** Accueil sur RV, salle Hypathie d'Alexandrie, 73 rue de la libération le **1er et 3ème jeudi** du mois de 16h00 à 18h45

Jeudis 3 et 17/02

- **La Tour du Pin** Accueil sur RV, impasse Romain Bouquet (près de la poste)

le **1er mercredi** du mois, à partir de 16h00

Mercredi 2/02

Roussillon et Vienne

Accueil sur RV en téléphonant au 06 52 81 39 86

Réunions conviviales

inscription par mail à 38@unafam.org

Au regard de la situation sanitaire actuelle, elles se font pour l'instant en visio-conférence

Bassin grenoblois et Sud Isère

Grenoble, Maison des associations, le 1er mardi du mois de 17h à 19h

Mardi 1/02

Pays voironnais

Voiron, **6 av. Léon Joanny Tardy**, le **1er lundi** du mois de 18h à 20h

Lundi 7/02

Nord-Isère

Les adhérents sont informés par courrier

Rencontres du CDI

Grenoble, **2ème jeudi** du mois, de 18h à 19h30

REUNIONS CONVIVIALES



*Changement de date
et de lieu !*

Planning des groupes de parole et des formations pour les aidants 2022

GROUPES DE PAROLE

10 séances (1 par mois) de Janvier / Février à Décembre 2022 :

Familles - Mercredi de 18h30 à 20h	Grenoble
Familles pour les territoires éloignés - Jeudi de 18h à 19h30 en visio	Grenoble
Frères et Sœurs : Lundi de 18h30 à 20h	Grenoble
Grands-parents : groupe ouvert.	Grenoble
Familles Groupe ouvert en Automne / 2 séances / 2 groupes	Grenoble
Familles / Nord Isère : Lundi de 18h30 à 20h	Bourgoin
Familles / Isère Rhodanienne : Mercredi de 18h à 19h30	Vienne

FORMATIONS

JANVIER

Journée d'information sur les troubles psychiques - Samedi 29 Janvier Bourgoin

MARS

Mieux accompagner un proche souffrant de schizophrénie - Samedi 5 Mars Bourgoin

Ateliers PROSPECT - Samedis 12, 19 et dimanche 20 Mars Bourgoin

Ateliers FOVEA - Méditation VITTOZ : 8 séances Grenoble

Journée d'information sur les troubles psychiques - Samedi 26 Mars Grenoble

AVRIL

Journée d'information sur les troubles psychiques - Samedi 2 Avril Crolles

MAI

Mieux Communiquer avec son proche bipolaire - Samedis 14 et 21 Mai Grenoble-

Journée d'information sur la dépression résistante - Vendredi 13 Mai Grenoble

JUIN

Inscription **PROFAMILLE** / avec le C3R / fin Juin / pour démarrer en Septembre Grenoble

JUILLET

Mieux accompagner un proche souffrant de schizophrénie – Samedi 9 Juillet Grenoble

SEPTEMBRE

Groupes de Parole ouverts - fin Septembre à début Décembre Bourgoin, Vienne, Grenoble

OCTOBRE

Journée d'information sur les troubles psychiques - Samedi 2 octobre Voiron

Ateliers PROSPECT - Samedis 8, 15 et dimanche 16 octobre Grenoble

Journée d'information sur la dépression résistante - Vendredi 14 octobre Grenoble

NOVEMBRE

Journée d'information sur les troubles psychiques - Samedi 19 novembre Vienne

Journée Troubles du Comportement de l'enfant et de l'adolescent - Sam 26 Novembre Grenoble

**Pour plus d'informations ou pour vous inscrire
contactez la délégation au 04 76 43 12 71**

Agenda de la délégation 38

Jeudi 10 février 2022 à 18 h LES RENCONTRES MENSUELLES DU CDI (visio)

« L'offre UNAFAM de formation pour les aidants »

Des rencontres mensuelles pour les aidants familiaux de l'Isère organisées par le Centre de Documentation et d'Information (CDI) de l'Unafam38.

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS OBLIGATOIRES : 38@unafam.org ou 04 76 43 12 71

Nouvelles de nos partenaires

Agenda

Mercredi 2 février

- **St Jean de Moirans**, salle Emma Ginet à 16h
- **Massieu**, salle des fêtes à 20h

Dans le cadre de la **Semaine de prévention du suicide** le Conseil Local de Santé Mentale du Pays Voironnais vous propose un **Théâtre-Forum** avec la Cie IMP'ACTE.

Informations au 04 76 93 17 59 et inscriptions au 04 76 93 16 54 Entrée gratuite, Pass sanitaire obligatoire

Dimanche 6 février - 15h Mon Ciné, 10 Avenue Ambroise Croizat Saint-Martin-d'Hères
Ciné ma différence, vous présente **MYSTERE**

Stéphane décide d'emménager dans les belles montagnes du Cantal afin de renouer avec sa fille de 8 ans, Victoria, mutique depuis la disparition de sa maman. Lors d'une promenade en forêt, un berger confie à Victoria un chiot nommé « Mystère » qui va petit-à-petit lui redonner goût à la vie. Mais très vite, Stéphane découvre que l'animal est en réalité un loup...

Plus d'infos 06 63 25 22 03 / agathe.frys@gmail.com

Mardi 22 et mercredi 23 février - 14h30 et 19h30 à L'écoutille, 52 rue Saint-Laurent, Grenoble

La compagnie du Savon Noir vous propose d'assister à la première lecture de **Ce que je ne te dirai jamais**. Ce récit se nourrit d'histoires de vies confiées par des femmes accueillies dans les services mères-enfants de structures d'hébergement. Pénétrer leur univers questionne notre idée de la parentalité, notre vision des personnes en fragilité psychique et sociale.

Plus [d'infos ici](#)

Du Mercredi 2 mars au mercredi 27 avril - tous les mercredis de 17h à 19h

Le C3R- Centre Référent de Réhabilitation psychosociale et de Remédiation cognitive- vous propose un atelier à destination des proches de personnes ayant vécu un épisode psychotique. Cet atelier a pour objectif de proposer aux proches des outils afin d'améliorer la communication avec son proche ayant vécu ce type d'expérience.

Plus d'informations [dans ce flyer](#)



Des places sont
encore disponibles !

Les Journées de la Schizophrénie du 19 au 26 mars 2022

En partenariat avec de très nombreuses organisations, l'équipe de [PositiveMinders](#) a conçu une campagne originale, 100% digitale, pour parler de la schizophrénie à travers des vidéos qui illustrent de brefs moments de vie marquants et intenses en émotions.

Atelier Théâtre-Répét

L'Association nationale Jeunes Aidants Ensemble, JADE organise des ateliers pour les **jeunes aidants** de 8 à 18 ans.

Ces ateliers gratuits sont en résidence et encadrés par des professionnels du théâtre et une équipe d'animateurs.

Plus d'informations [dans ce flyer](#)

VIDEOS - AUDIOS du mois

Vous retrouverez toutes les vidéos des Lettres du mois sur le site de la délégation www.unafam.org/38

Cliquez sur le titre pour accéder à la vidéo correspondante

Communication étude "annonce diagnostique aux proches"

Publication au sein d'une revue internationale une étude qualitative analysant le vécu et les attentes des proches lors de l'annonce d'un diagnostic de schizophrénie. Vous trouverez la communication dans son entier (anglais) [en cliquant sur ce lien](#)

Microbiote et schizophrénie

Conférence proposée au congrès de l'encéphale, par le Dr Guillaume Fond Responsable coordination inter-réseau Centre Expert Schizophrénie et Dépression Résistante - Hôpitaux Universitaires de Marseille

Vous pouvez participer à l'étude [ALIMENTAL](#) visant à explorer les liens entre alimentation et santé mentale (elle concerne toutes les personnes majeures)

Comprendre la santé mentale et ses influences

Webinaire Psycom du 11 octobre 2021

La santé mentale est une notion complexe dont nous avons tous et toutes une vision particulière. C'est un sujet souvent tabou mais qui devient incontournable après de longs mois d'épidémie de Covid-19

La relation soignant-soigné : les patients prennent le pouvoir - Podcast

Aujourd'hui, des collectifs de patients s'organisent et militent pour s'imposer comme des acteurs de santé. Dans un podcast de la série documentaire LSD sur France Culture, des membres du Réseau des entendeurs de voix (REV) prennent la parole. (à partir du point : 15 min)

La 1ère partie présente la démarche des militants de la lutte contre le SIDA qui ont amorcé une révolution dans le monde médical. En obligeant les médecins à construire le soin avec les patients, ils ont initié un changement de posture décisif dans la relation soignant-soigné.